***Крупная моторика.***

***Что необходимо знать каждому родителю.***

Важно понимать, что на крупную моторику накладываются множество действий. Сюда входит все от прыжков, ловли и бросания мяча, до бега и плавания. Большинство дошкольников могут выполнять все основные базовые двигательные навыки, которые дают вашему ребенку возможность контролировать  мышцы в руках, ногах и туловище. Здоровое развитие крупной моторики включает наращивание силы, выносливости и контроля мышечных движений.

Но, если родители допустили ошибку развития своего ребенка в младенческом возрасте, велик шанс того, что, по мере взросления ребенок так и не научиться выполнять те или иные задачи. Не сможет совладать с правильной координацией рук и ног – для него будут недоступны определенные движения, или же они будут скованы, возможно что проявится такой недуг, как покачивание и пошатывания во время ходьбы.

Заниматься с ребенком необходимо по нескольким причинам, ведь от развития крупной моторики зависит многое, например, сможет ли ребенок в дальнейшем правильно держать ложку, ручку, другие предметы; правильно и грамотно разговаривать; концентрировать взгляд на предмете.

Успехи ребенка в развитии крупной моторики помогают ускорить обучение и обеспечить вашего ребенка достижением успеха.

***Игры и упражнения для развития крупной моторики.***

На самом деле не все так страшно, если своевременно обратить внимание на ребенка, уделять ему достаточное количество времени на занятия и упражнения.

- Развитие крупных мышц могут обеспечить разнообразные игры и упражнения.

- Нужно делать ежедневную зарядку. Это не только хорошая привычка на будущее, но и прекрасное средство для развития крупной моторики. Подавайте ему правильный пример:

приседайте, делайте махи ногами, поворачивайте корпус в разные

стороны, ходите на пяточках и носочках. Ваш ребенок будет счастливо повторять все это за любимым родителем.

- Еще одно эффективное «средство», которое вам понадобиться – это мяч. Он может быть любым. Все что требуется от вас – это увлекательная игра с этим предметом. Футбол, бросание мяча (кто дальше), импровизированный волейбол и многое другое. Игры на бросание и попадание в цель, кольца, игра в городки, дартс - помогут в развитии внимательности и координации движений.

- Для развития крупной моторики ребенка хорошо подойдут и упражнения на зеркальное копирование движений взрослого. Это позволит в игровой и веселой форме развить реакцию и научиться чувствовать свое тело .

- Также неплохо будет «вооружиться» скакалкой, обязательно обучите этому своего ребенка. Игра не только будет интересной и веселой для него, но и станет неплохим подспорьем для развития внимания и координации движений.

- Стоять на одной ноге.

Это сложное упражнение, которое требует довольно большой мышечной силы ног и умения контролировать равновесие. Поиграйте в игру «Цапля».

- Занятие танцами, езда на велосипеде и самокате, роликах и коньках — и это все способствует укреплению мышечного аппарата ребенка.

- На улице тепло? – отправляйтесь на улицу с бадминтоном, «прихватите» с собой мяч для игры в баскетбол, четкое попадание в цель будет ему очень полезно.

- Научиться владеть своим телом и развивать крупную моторику у дошколят можно и приобщая их к домашнему труду. Протереть пыль, пропылесосить, подмести веником или помыть пол, помыть посуду, полить цветы, развесить постиранное белье на веревочку — все это просто, когда давно научился, а для ребенка это будет отличной тренировкой крупных мышц.

**-** Не приучайте своего ребенка лениться!

Современных детей, непременно надо заставлять двигаться.

***Уделяйте как можно больше внимания своему ребенку, занимайтесь с ним, играйте, и у вас получиться добиться необходимых результатов!***